

Trabalho realizado por alunos do Centro Universitário da Serra Gaúcha, das
disciplina de Itinerário Extensionista, ministrada pela professora Rafaela Santi
Dell’Osbel.

A atividade tem o objetivo de ampliar os conhecimentos da população local
sobre o tema:

INFORMAÇÕES SOBRE A UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE DO BAIRRO RIO BRANCO - CAXIAS DO SUL RS

ALUNOS:

Dérick Andréas Simon
Julia Maurina Lemes
Vinícius de Moraes Rosa
Mariza Leczynski
Carla Tortelli Baggio
Jordan Santos Ramos
Inaiá Lirio dos Santos



ESPECIALIDADES / SERVIÇOS OFERECIDOS NA UBS RIO BRANCO

- Atenção Primária à Saúde;
- Saúde Bucal / Odontologia;
- Pré-natal / Parto e Nascimento;
- Consulta ambulatorial (clínico geral);
- Sala de Imunização (vacinação);
- Sala de nebulização;
- Pediatria básica/ acompanhamento infantil.



MELHORES FORMAS DE AGENDAR CONSULTAS:



Agendamento por telefone pela central, (54) 3901-8028

- também há ramais como 3290-4486; e canais de mensagem.



Prefeitura informa atendimento por telefone em dias úteis com janelas pela manhã e à tarde!

- Normalmente pedem nome completo, CPF, Cartão SUS (ou número do SUS), e às vezes confirmar endereço/residência em Caxias do Sul.

Sem esses dados a central pode não conseguir agendar!



Em muitas UBSs também é possível agendar presencialmente na recepção da unidade, ou seguir orientações divulgadas pela Secretaria de Saúde em redes sociais quando novas UBSs entram no Agenda+UBS



ATENÇÃO À SAÚDE

Mesmo seguindo todos os cuidados apresentados, é fundamental manter o acompanhamento médico regular.

Consultas de rotina ajudam a identificar doenças precocemente e garantem um tratamento mais eficaz.

Também é importante manter as vacinas em dia, pois elas protegem contra diversas infecções e fortalecem o sistema imunológico.

Além disso, deve-se procurar os postos de saúde apenas quando necessário, especialmente em caso de sintomas ou necessidade real de atendimento, para evitar a superlotação e garantir que o cuidado chegue a quem mais precisa.

Recomenda-se incluir musculação pelo menos 2 vezes na semana. Opte por fazer exercícios que condizem com a sua rotina. Busque auxílio de um profissional capacitado sempre que necessário!

Cuidar da saúde de forma consciente e contínua é a melhor maneira de prevenir complicações e garantir qualidade de vida.



ESTA ATIVIDADE FOI DESENVOLVIDA NO ÂMBITO DA DISCIPLINA EXTENSIONISTA, COM O OBJETIVO DE COMPARTILHAR INFORMAÇÕES RELEVANTES E DE FÁCIL ACESSO PARA A POPULAÇÃO LOCAL. A PROPOSTA BUSCA CONTRIBUIR DE FORMA PRÁTICA PARA A MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DA COMUNIDADE, ALINHANDO-SE ESPECIALMENTE AO OBJETIVO DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL (ODS) Nº 3 DA ONU – SAÚDE E BEM-ESTAR.

AO DIVULGAR CONTEÚDOS SOBRE PREVENÇÃO, CUIDADOS E PROMOÇÃO DA SAÚDE, REFORÇAMOS A IMPORTÂNCIA DE SEMPRE BUSCAR INFORMAÇÕES EM FONTES CONFIÁVEIS, COMO ÓRGÃOS OFICIAIS DE SAÚDE (MINISTÉRIO DA SAÚDE, ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE – OMS, ENTRE OUTROS). O COMBATE À DESINFORMAÇÃO É PARTE ESSENCIAL PARA GARANTIR QUE A POPULAÇÃO TENHA ACESSO A ORIENTAÇÕES CORRETAS E SEGURAS, FORTALECENDO TANTO O CUIDADO INDIVIDUAL QUANTO COLETIVO.

ALÉM DISSO, ESTA INICIATIVA EXTENSIONISTA APROXIMA A UNIVERSIDADE DA COMUNIDADE, PROMOVENDO A TROCA DE SABERES E ESTIMULANDO A CONSTRUÇÃO DE UMA REDE DE APOIO LOCAL. DESSA FORMA, CONTRIBUÍMOS NÃO APENAS PARA A CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE DOENÇAS CRÔNICAS E PRÁTICAS DE SAÚDE, MAS TAMBÉM PARA A FORMAÇÃO CIDADÃ, ENGAJADA E COMPROMETIDA COM OS PRINCÍPIOS DA SUSTENTABILIDADE SOCIAL E DO BEM-ESTAR COLETIVO.